

PENGARUH MODEL KONSELING KOGNITIF MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP KONSEP DIRI PARA SISWA YANG MENGALAMI KESULITAN BELAJAR DI SMP NEGERI 3 SELONG

Syaifullah, N. Dantes, I. W. Lasmawan

Program Studi Pendidikan Dasar, Program Pascasarjana
Universitas Pendidikan Ganesha
Singaraja, Indonesia

e-mail syaifullahsitbar@yahoo.com, nyoman.dantes@pasca.undiksha.ac.id,
wayan lasmawan@pasca.undiksha.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model konseling kognitif melalui layanan bimbingan kelompok terhadap konsep diri para siswa yang mengalami kesulitan belajar. Penelitian ini menggunakan pre-eksprimental (*pre-experimental design*) dengan rancangan One Group Pretest - Posttest Design. Sebanyak 10 siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Selong dipilih sebagai sampel. Pengumpulan data menggunakan instrumen konsep diri dan model konseling kognitif. Data dianalisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) terdapat kualitas yang baik pada pelaksanaan model konseling kognitif terhadap layanan bimbingan kelompok pada siswa yang mengalami kesulitan belajar. (2) terdapat pengaruh intraksi antara model konseling kognitif terhadap konsep diri siswa yang mengalami kesulitan belajar (3) implementasi model konseling kognitif melalui layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan konsep diri siswa yang mengalami kesulitan belajar.

Kata kunci: model konseling kognitif, layanan bimbingan kelompok, konsep diri.

Abstract

This research aims to determine the effectiveness of the implementation through Model of Cognitive Guidance Counseling Group To improve Students Self Concept Learning Difficulties in SMP Negeri 3 Selong. There were 10 students of eight grade of SMP Negeri 3 Selong were chose as sample. Data were collected by using instruments such as: questionnaire about the self-concept instrument, and the instrument questionnaire cognitive model of counseling. Analysis data used a non-parametric method, using the Wilcoxon test and descriptive analysis of the percentage. The results showed that: (1) there is a good quality in the implementation of the cognitive model of counseling through group counseling to the students who have learning difficulty, (2) there is a good interaction between cognitive counseling models with self-concept of students with learning difficulties, (3) the use of cognitive models of counseling through group counseling were very effective to form a self-concept of students with learning difficulties.

Keywords: cognitive model of counseling, group counseling , self- concept.

PENDAHULUAN

Pada masa milenium ini, kita sedang memasuki suatu abad baru yang banyak menimbulkan perubahan dan kemajuan, sekaligus menjadi tantangan. Tantangan akibat perubahan dan kemajuan yang cepat terjadi baik aspek sosial, budaya dan teknologi. Permasalahan - permasalahan yang dihadapi akibat perubahan tersebut semakin kompleks, baik masalah pribadi, sosial, ekonomi budaya dan lain - lain. Untuk menghadapi tantangan ini diperlukan kesiapan individu secara fisik dan mental, agar lebih mampu mengatasi berbagai hal dalam mencapai kesuksesan. Untuk itu dapat dimulai dengan berempati, mengubah cara pandang, mengelola emosi dan mengambil resiko. Apabila tidak memiliki referensi nilai, fokus yang positif dan harga diri, maka akan timbul kesulitan untuk menemukan sumber daya batiniah yang diperlukan untuk menangani tantangan - tantangan yang beragam dalam kehidupan.

Setiap individu pasti memiliki konsep diri, tetapi mereka tidak tahu apakah konsep diri yang dimiliki itu negatif atau positif. Siswa yang memiliki konsep diri positif, ia akan memiliki dorongan mandiri lebih baik. Ia dapat mengenal serta memahami dirinya sendiri sehingga dapat berperilaku efektif dalam berbagai situasi. Konsep diri positif bukanlah suatu kebanggaan yang besar tentang diri tetapi berupa penerimaan diri. Siswa yang memiliki konsep diri positif dapat memahami dan menerima sejumlah faktor yang sangat bermacam - macam tentang dirinya sendiri. Dalam hal ini siswa dapat menerima dirinya secara apa adanya akan dapat mampu menginspeksi diri atau lebih mengenal dirinya, dan mengetahui kelemahan dan kelebihan yang dimiliki. Namun siswa yang memiliki konsep diri yang negatif, ia tidak memiliki perasaan kestabilan atau keutuhan diri, juga tidak mengenal diri dengan baik dari segi kelebihan maupun kekurangannya atau sesuatu yang ia hargai dalam hidupnya.

Masalah kegagalan yang dihadapi peserta didik disebabkan oleh sikap

negatif terhadap dirinya sendiri yang menganggap dirinya tidak berarti. Individu yang memiliki konsep diri yang negatif adalah individu yang mudah marah dan naik pitam serta tidak tahan terhadap kritikan yang diterimanya. Dengan kata lain, individu kurang menerima peraturan atau norma yang telah ditetapkan, sehingga ada sifat memberontak pada dirinya yang menentang aturan tersebut. Prilaku siswa yang menyimpang dari aturan yang berlaku di sekolah disebabkan oleh pandangan negatif terhadap dirinya yaitu dirinya tidak mampu menyelesaikan tugasnya. SMP Negeri 3 Selong sebagai salah satu sekolah yang sudah memiliki aturan sekolah yang sudah disepakati oleh semua komponen sekolah wajib mentaati peraturan yang sudah ada. Berdasarkan observasi dan wawancara dengan guru pembimbing di sekolah tersebut diperoleh data bahwa hampir 20% siswa kelas VIII mempunyai konsep diri yang belum positif, gejala yang nampak yaitu beberapa siswa tidak memiliki rasa percaya diri, tidak merasa setara dengan orang lain, tidak bisa bersikap menerima apa adanya, tidak bisa menyikapi kegagalan, bersikap hiperkritis, bersikap tidak optimis. Siswa yang demikian itu dapat dikatakan memiliki konsep diri yang negatif.

Layanan bimbingan kelompok merupakan proses pemberian informasi dan bantuan pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai suatu tujuan tertentu. Layanan yang diberikan dalam suasana kelompok guna mencapai suatu tujuan tertentu. Layanan yang diberikan dalam suasana kelompok selain bisa dijadikan media penyampaian informasi sekaligus juga bisa membantu siswa menyusun rencana dalam membuat keputusan yang tepat sehingga diharapkan akan berdampak positif bagi siswa yang nantinya akan membutuhkan konsep diri yang positif. Selain itu apabila dinamika kelompok dapat terwujud dengan baik maka anggota kelompok saling menolong, menerima dan berempati dengan tulus. Konseling kognitif merupakan pendekatan yang membantu

klien untuk mengakui dan menghilangkan pikiran – pikiran yang mengalahkan diri. Dengan konseling kognitif lebih mentitikberatkan proses – proses sentral seperti konsep diri, sikap, ide, harapan dan perubahan tingkah laku.

Masalah konsep diri merupakan masalah yang banyak dialami oleh remaja sehingga untuk mengefisienkan layanan bimbingan kelompok dimungkinkan lebih efektif dibandingkan layanan bimbingan konseling individual. Oleh karena itu untuk membantu siswa agar mempunyai konsep diri yang positif dan semakin stabil, maka disusun program eksperimen melalui layanan bimbingan kelompok dengan judul “Pengaruh Model Konseling Kognitif Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Konsep Diri Para Siswa Yang Mengalami Kesulitan Belajar Kelas VIII SMP Negeri 3 Selong Kabupaten Lombok Timur Propinsi Nusa Tenggara Barat Tahun Pelajaran 2012/2013”.

Berdasarkan kajian di atas, maka tujuan dari penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: (1) untuk mengetahui kualitas pelaksanaan model konseling kognitif melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa yang mengalami kesulitan belajar di kelas VIII SMP Negeri 3 Selong Kabupaten Lombok Timur Propinsi Nusa Tenggara Barat Tahun Pelajaran 2012/2013. (2) untuk mengetahui kecendrungan konsep diri siswa yang mengalami kesulitan belajar kelas VIII SMP Negeri 3 Selong Kabupaten Lombok Timur Propinsi Nusa Tenggara Barat Tahun Pelajaran 2012/2013. (3) untuk mengetahui implementasi model konseling kognitif melalui layanan bimbingan kelompok efektif meningkatkan konsep diri siswa yang mengalami kesulitan belajar di kelas VIII SMP Negeri 3 Selong Kabupaten Lombok Timur Propinsi Nusa Tenggara Barat Tahun Pelajaran 2012/2013. Konsep diri sangat erat kaitannya dengan diri individu. Kehidupan yang sehat baik fisik maupun psikologi salah satunya didukung oleh konsep diri yang baik dan stabil. Konsep diri adalah hal-hal yang berkaitan dengan ide, pikiran, kepercayaan serta keyakinan yang diketahui dan dipahami oleh individu

tentang dirinya. Hal ini akan mempengaruhi kemampuan individu dalam membina hubungan interpersonal. Meski konsep diri tidak langsung ada, begitu individu dilahirkan, tetapi secara bertahap seiring dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan individu, konsep diri akan terbentuk karena pengaruh lingkungannya selain itu konsep diri juga akan dipelajari oleh individu melalui kontak dan pengalaman dengan orang lain termasuk berbagai *stressor* yang dilalui individu tersebut. Hal ini akan membentuk persepsi individu terhadap dirinya sendiri dan penilaian persepsinya terhadap pengalaman akan situasi tertentu.

Konsep diri (*self concept*) merupakan suatu bagian yang penting dalam setiap pembicaraan tentang kepribadian manusia. Konsep diri merupakan sifat yang unik pada manusia, sehingga dapat digunakan untuk membedakan manusia dari makhluk hidup lainnya. Para ahli psikologi kepribadian berusaha menjelaskan sifat dan fungsi dari konsep diri, sehingga terdapat beberapa pengertian. Konsep diri dinyatakan melalui sikap dirinya yang merupakan aktualisasi orang tersebut. Manusia sebagai organisme yang memiliki dorongan untuk berkembang yang pada akhirnya menyebabkan ia akan sadar akan keberadaan dirinya. Perkembangan yang berlangsung tersebut kemudian membantu pembentukan konsep diri individu yang bersangkutan.

Perasaan individu bahwa ia tidak mempunyai kemampuan yang ia miliki, padahal segala keberhasilan banyak bergantung pada cara individu memandang cara kualitas kemampuan yang ia miliki. Pandangan dan sikap negatif terhadap kualitas kemampuan yang ia miliki mengakibatkan individu memandang seluruh tugas sebagai suatu hal yang sulit untuk diselesaikan. Sebaliknya pandangan positif terhadap kualitas kemampuan yang ia miliki mengakibatkan seseorang individu memandang seluruh tugas sebagai suatu hal yang mudah untuk diselesaikan.

Konsep diri terbentuk dan dapat berubah karena interaksi dengan

lingkungannya. Gambaran penilaian tentang konsep diri dapat diketahui melalui rentang respon sampai dengan maladaptif. Konsep diri itu sendiri terdiri dari berapa bagian, yaitu: gambaran diri (*body image*), ideal diri, harga diri peran dan identitas. Menurut Burns, R.B. (1993) konsep diri adalah persepsi seseorang terhadap dirinya sendiri, yang terbentuk melalui pengalaman, pembelajaran, hasil interaksi dengan lingkungan, dan akibat pengaruh dari orang-orang (*figur*) yang dianggap penting. Konsep diri terdiri atas tiga komponen, yaitu: (1) diri ideal (*Self-Ideal*) yaitu sosok individu yang kita ingin menjadi, di masa depan. Diri ideal merupakan gambaran dari sosok seseorang yang sangat anda inginkan jika anda bisa menjadi seperti orang itu, di masa depan. (2) citra diri (*Self-Image*) yaitu cara anda melihat diri anda sendiri dan berpikir mengenai diri anda pada waktu sekarang/saat ini. (3) harga diri (*Self-Esteem*) yaitu kecenderungan dalam diri seseorang dalam memandang dirinya sebagai pribadi yang cakap, mampu, dan memiliki keunggulan serta kekuatan dalam menghadapi berbagai tantangan hidup yang mendasar atau seberapa suka anda terhadap diri anda sendiri.

Pendapat senada oleh Centi, J. Paul (1993) mengatakan konsep diri adalah pandangan, keyakinan, dan penghargaan, atau perasaan seseorang tentang dirinya. Hal ini akan menentukan siapa kita dalam kenyataan, tetapi juga menentukan siapa kita menurut pikiran sendiri, apa yang dapat kita lakukan menurut pikiran sendiri, dan menjadi apa menurut pikiran sendiri. Sehubungan dengan konsep diri, beberapa hal mulai berkembang diantaranya pengetahuan tentang diri sendiri, terjadi penilaian diri, harapan-harapan yang ingin dicapai di masa depan muncul atas tingkah laku dan cara mengisi kehidupan.

Konsep diri bukanlah bawaan lahir, melainkan hasil belajar. Semenjak manusia mengenal lingkungan hidupnya, sejak itu pula ia belajar banyak hal tentang kehidupan. Berdasarkan pengalaman hidupnya, seseorang akan menetapkan konsep dirinya berdasarkan berbagai faktor. Menurut E.B. Hurlock (1994) faktor-

faktor itu adalah bentuk tubuh, cacat tubuh, pakaian, nama dan julukan, teligensi kecerdasan, taraf aspirasi/ cita-cita, emosi, jenis/gengsi sekolah, status sosial, ekonomi keluarga, teman-teman, dan tokoh / orang yang berpengaruh. Sementara menurut Burns R.B. (1993) faktor-faktor pembentuk konsep diri merupakan individu yang dikenal pada individu tersebut sebagai konfigurasi yang unik. Brooks (Rakhmat, 2005) menyatakan bahwa konsep diri adalah suatu pandangan dan perasaan seseorang tentang dirinya serta persepsi tentang dirinya, ini dapat bersifat psikis maupun sosial. Sejalan dengan pendapat tersebut dikemukakan oleh Pudjijogyanti CR, (1993) bahwa konsep diri merupakan seluruh pandangan individu akan dimensi fisiknya, karakteristik kepribadiannya, motivasinya, kelemahannya, kependaiannya dan kegagalannya. Konsep diri itu seseorang akan diupayakan mencapai keinginan yang optimal serta untuk merealisasikan hidupnya. Dapat dikatakan bahwa konsep diri juga merupakan kerangka kerja untuk mengorganisasikan pengalaman-pengalaman yang diperoleh seseorang.

Setiap individu memiliki konsep diri, baik itu konsep diri yang positif maupun yang negatif, hanya derajad atau kadarnya yang berbeda-beda. Kenyataan tidak ada individu yang sepenuhnya memiliki konsep diri positif atau negatif. Tetapi karena konsep diri memegang peranan penting dalam menentukan dan mengarahkan seluruh perilaku individu, maka sedapat mungkin individu bersangkutan harus mempunyai konsep diri yang positif / baik.

Menurut Brooks (dalam Rakhmat 2002) konsep diri sebagai pandangan atau persepsi individu terhadap dirinya, baik bersifat fisik, sosial, maupun psikologis, dimana pandangan ini diperoleh dari pengalamannya berinteraksi dengan orang lain yang mempunyai arti penting dalam hidupnya. Siswa yang mempunyai kepercayaan diri tinggi akan merasa yakin akan kemampuannya di bidang yang akan digeluti dan mereka akan berusaha untuk meraih prestasi yang tinggi. Sebaliknya siswa yang akan mempunyai diri rendah

akan diliputi oleh keraguan dalam melakukan aktifitas, tidak percaya diri, merasa tidak setara dengan orang lain, tidak bisa menerima apa adanya, tidak bisa menyikapi kegagalan, besikap hiperkritis, selalu pesimis.

Para siswa yang dapat menerima baik kelebihan maupun kekurangannya akan dapat memperkirakan kemampuan yang dimiliki, dan yakin terhadap ukuran-ukurannya sendiri tanpa harus terpengaruh pendapat orang lain selanjutnya siswa akan mampu untuk menerima keterbatasan dirinya, menerima apa adanya tanpa harus menyalahkan orang lain. Rasa harga diri pada diri individu tumbuh dan berasal dari penilaian pribadi yang kemudian menghasilkan suatu akaibat terutama pada proses pemikiran, perasaan - perasaan, keinginan-keinginan, nilai-nilai dan tujuan yang membawa ke arah keberhasilan atau keberhasilan atau kegagalan. Pada siswa yang menghargai dirinya akan berfikir positif tentang dirinya maupun bidang yang mereka geluti di sekolah, selalu optimis dalam melakukan suatu kegiatan dan dalam hal ini akan mendorong mereka dalam mencapai suatu kesuksesan dalam bidang pendidikan.

METODE PENELITIAN

Terdapat bermacam-macam desain penelitian yaitu pra-eksprimental (*pre - experimental design*), eksperimenl sungguhan (*true ekspremental design*), dan kuasi eksperimental (*quasi experimental design*) (Nyoman Dantes, 2012: 95). Penelitian ini menggunakan pre-eksprimental (*pre-experimental design*) karena tanpa menggunakan kelompok pembanding atau kontrol dengan rancangan One Group Pretest - Posttes Design. Untuk keperluan penelitian ini yang digunakan sebagai populasi adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Selong Tahun Pelajaran 2012/2013 yang berjumlah 150 orang. Sampel penelitian ditentukan secara purposive atau bertujuan yaitu 10 orang, sesuai dengan fokus masalah penelitian. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan instrumen berupa:

instrumen pernyataan tentang konsep diri, dan instrumen pernyataan model konseling kognitif.

Tehnik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *non parametrik*, dengan menggunakan uji *Wilcoxon* karena mengacu pada variabel data yang ada dalam penelitian ini adalah variabel ordinal, selain itu uji *Wilcoxon* tidak menerapkan syarat-syarat mengenai parameter-parameter populasi yang merupakan penelitian. Di samping menggunakan uji *Wilcoxon* dalam penelitian ini, juga menggunakan tehnik analisis deskriptif presentase. Uji *Wilcoxon* yaitu dengan mencari perbedaan mean *pre-test* dan *post-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh fakta bahwa, dalam penyebaran kuisisoner konsep diri didapatkan: 10 orang siswa yang memiliki konsep diri dikategorikan rendah yaitu Ayu Novita Sari, Septiana, Zita Yoandari, Sari Riska Pratami, Yuni Lestari, Rofiki, Pratiwi Ulwati, Aldi Ahmadi, Rian Winardi dan Doni Pratama. Data konsep diri 10 siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Selong mempunyai rentangan skor 73 – 105 dengan kategori rendah. Pembahasan tentang implementasi model konseling kognitif melalui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan konsep diri pada siwa kelas VIII SMP Negeri 3 Selong Tahun Pelajaran 2012/2013 akan diuraikan berdasarkan penelitian yang telah dilakukan.

Dari 10 responden yang diteliti memiliki konsep diri yang rendah terbukti dalam rata-rata skor dalam kategori rendah. Dilihat dari indokatornya ternyata rata-rata konsep diri yang rendah pada indokator 2) merasa setara dengan orang lain, 4) dapat menyikapi kegagalan, 5) tidak bersifat hiperkritis. Melihat kondisi tersebut maka 10 siswa yang tergolong rendah konsep dirinya diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menerapkan model konseling kognitif dengan harapan akan terjadi perubahan yang signifikan konsep dirinya. Hasil analisis tersebut di

atas dapat kita ketahui bahwa hipotesa nihil ditolak. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon. Dari hasil analisis diperoleh rata-rata skor konsep diri siswa sebelum diadakan layanan bimbingan kelompok sebesar 82,4 dalam kategori rendah dan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dapat meningkat menjadi 188,0 dalam kategori tinggi. Dari hasil uji Wilcoxon diperoleh $Z_{hitung} = -16,80 < Z_{tabel} = -11,76$ atau pada daerah penolakan H_0 . Demikian juga untuk setiap indikatornya diperoleh $Z_{hitung} < Z_{tabel}$ atau pada daerah penolakan H_0 . Dengan ditolaknya H_0 menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan konsep diri siswa antara sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok. Hal ini secara signifikan berpengaruh terhadap peningkatan konsep diri siswa.

Dari hasil analisis tersebut di atas, dapat kita ketahui bahwa hipotesa nihil ditolak. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan konsep diri siswa antara sebelum pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan sesudah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Dari harga Z dapat diketahui bahwa konsep diri siswa meningkat sesudah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Oleh karena itu dapat diartikan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok efektif dapat meningkatkan konsep diri pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Selong.

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon. Dari hasil analisis diperoleh rata-rata skor model konseling kognitif siswa sebelum diadakan layanan bimbingan kelompok sebesar 48,1 dalam kategori rendah dan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dapat meningkat menjadi 74,1 dalam kategori tinggi. Dari hasil uji Wilcoxon diperoleh $Z_{hitung} = -16,02 < Z_{tabel} = -11,76$ atau pada daerah penolakan H_0 . Demikian juga untuk setiap indikatornya diperoleh $Z_{hitung} < Z_{tabel}$ atau pada daerah penolakan H_0 . Dengan ditolaknya H_0 menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan model konseling kognitif siswa antara sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok. Hal ini

secara signifikan berpengaruh model konseling kognitif terhadap peningkatan konsep diri siswa.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan ada perbedaan hasil model konseling kognitif siswa setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat hasil model konseling kognitif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Selong setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok lebih tinggi atau positif dibandingkan sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok.

Keefektifan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri siswa banyak dibuktikan dalam berbagai penelitian diantaranya: 1). Penelitian yang dilaksanakan Siti Fauziah dengan judul: Hubungan konformitas teman sebaya dengan konsep diri remaja dan implikasinya bagi layanan bimbingan dan konseling tahun pelajaran 2009/2010, dengan temuan terdapat hubungan yang baik konformitas teman sebaya dengan konsep diri remaja dan implikasinya bagi layanan bimbingan dan konseling tahun pelajaran 2010/2011. 2). Penelitian yang dilakukan oleh Sugianto dengan judul: Efektivitas pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam mengembangkan konsep diri positif pada siswa kelas XI SMA Teungku Umar Semarang tahun pelajaran 2010/2011. Kesimpulan secara signifikan dapat meningkatkan konsep diri positif pada siswa kelas XI SMA Teungku Umar Semarang tahun pelajaran 2010/2011 melalui layanan bimbingan kelompok secara efektif.

PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis data penelitian dan pengujian hipotesis, maka dapat dirumuskan kesimpulan sebagai berikut: (1) terdapat kualitas yang bagus dalam pelaksanaan model konseling kognitif melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa yang mengalami kesulitan belajar di kelas VIII SMP Negeri 3 Selong Kabupaten Lombok Timur Propinsi Nusa Tenggara Barat

Tahun Pelajaran 2012/2013. (2) terdapat interaksi yang baik antara model konseling kognitif dengan konsep diri siswa yang mengalami kesulitan belajar di kelas VIII SMP Negeri 3 Selong Kabupaten Lombok Timur Propinsi Nusa Tenggara Barat Tahun Pelajaran 2012/2013. (3) penggunaan model konseling kognitif melalui layanan bimbingan kelompok sangat efektif untuk membentuk konsep diri siswa yang mengalami kesulitan belajar di kelas VIII pada SMP Negeri 3 Selong Kabupaten Lombok Timur Propinsi Nusa Tenggara Barat Tahun Pelajaran 2012/2013.

Berdasarkan simpulan di atas, maka dapat diajukan beberapa saran kepada guru pembimbing dan semua komponen yang terkait dalam proses pelaksanaan layanan bimbingan di SMP Negeri 3 Selong Kabupaten Lombok Timur Propinsi Nusa Tenggara Barat sebagai berikut: hendaknya guru pembimbing dapat lebih banyak memprogramkan pelaksanaan model konseling kognitif melalui layanan bimbingan kelompok untuk membentuk konsep diri positif siswa dan memotivasi siswa agar memanfaatkan layanan bimbingan kelompok sebagai tempat untuk mengembangkan konsep diri positif. Disisi lain, guru mata pelajaran hendaknya menerapkan metode diskusi kelompok, karena dalam diskusi kelompok siswa dapat berkomunikasi untuk menyampaikan pendapatnya dan saling berintraksi sehingga memungkinkan para siswa membentuk konsep dirinya. Terakhir, bagi kepala sekolah hendaknya memberikan jam BK pada seluruh siswa agar program BK dapat terlaksana, khususnya dalam layanan bimbingan kelompok.

DAFTAR RUJUKAN

- Burns, R.B., 1993. *Konsep Diri*. Jakarta: Arean.
- Centi, J. Paul., 1993. *Mengapa Rendah Diri*. Yogyakarta: Kanisius.
- Dantes Nyoman, 2012. *Metode Penelitian*, Yogyakarta, Penerbit Andi Yogyakarta.

- Hurlock, E., 1994. *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan) Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga.
- Pudjijogiyanti, CR., 1993. *Konsep Diri Dalam Pendidikan*. Jakarta: Arean.
- Rahmat, J., 2005. *Psikologi Komunikasi* Bandung: Remaja Rosda Karya.